

Пояснительная записка.

Рабочая программа коррекционно-развивающих занятий составлена для учеников 5 А класса, обучающихся по АОП для детей с ОВЗ, имеющих ЗПР (вариант 7.2) на основе :

- Федерального закона РФ от 29.12.2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010г. №1897;
- Приказа Министерства образования и науки РФ №1577 от 31.12.2015 г. «О внесении изменений в Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования»;
- учебного плана ОКОУ «Дмитриевская школа-интернат» на 2021-2022 учебный год;
- положения о составлении рабочей программы учебного курса плана ОКОУ «Дмитриевская школа-интернат» на 2021-2022 учебный год.

В соответствии с учебным календарным графиком ОКОУ «Дмитриевская школа-интернат» период обучения – 34 недели.

В течение учебного года возможна корректировка распределения часов: в случае выпадения даты урока на праздничный день, переноса Правительством РФ дней отдыха, введение карантина (Приказ на основании распорядительного акта учредителя). Прохождение программы обеспечивается за счет уплотнения программного материала, увеличения доли самостоятельного изучения, дистанционного обучения через сайты, электронную почту учителя и обучающихся, либо на дополнительных занятиях и индивидуальных консультациях.

Цель: формирование и сохранение психологического здоровья подростков.

Задачи:

- сформировать у ребенка умение контролировать свою деятельность ;
- учить находить пути и способы преодоления трудностей: способствовать установлению атмосферы дружелюбия;
- учить умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей.

Предлагаемая программа коррекционных занятий направлена на формирование и сохранение психологического здоровья подростков. Она способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, формирует коммуникативные навыки, способствует установлению

атмосферы дружелюбия, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности ребёнка, основой которого как раз и является психологическое здоровье, предполагающее, по мнению большинства ведущих исследователей в этой области, наличие динамического равновесия между индивидом и средой. Поэтому ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

-Приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни: приобретение школьниками знаний о нормах коллективной жизни; об основных формах и правилах общения; о способах и приёмах управления своими эмоциями;

-формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом: развитие ценностных отношений школьника к родной школе, своему классу, к своему собственному здоровью и внутреннему миру.

-приобретение школьником опыта самостоятельного ценностно-окрашенного социального действия: опыт публичного выступления по проблемным вопросам; опыт самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими детьми; опыт управления другими людьми и взятия на себя ответственности за других людей.

Результаты формирования регулятивных универсальных учебных действий

Обучающийся научится:

- принимать и сохранять учебную задачу;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

Результаты формирования коммуникативных универсальных учебных действий

- осознавать качества необходимые для учащегося школы;
- оценивать некоторые высказывания людей с точки зрения их уместности, тактичности в данной ситуации;
- объяснять значение эффективного общения, взаимопонимания в жизни человека, общества;
- осознавать важность соблюдения правил речевого этикета как выражения доброго, уважительного отношения к другим людям;
- адаптироваться применительно к ситуации общения, строить своё высказывание в зависимости от условий взаимодействия;
- учитывать интересы других людей при общении, проявлять эмоциональную отзывчивость и доброжелательность в спорных ситуациях;
- осознавать ответственность за своё речевое поведение;
- анализировать свои речевые привычки, избавляться от плохих привычек;

Результаты формирования личностных универсальных учебных действий

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы;
- контролировать действия партнёра;
- использовать речь для регуляции своего действия;

Формы и виды контроля:

- анкетирование, наблюдение.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Методы и техники, используемые в программе

1. *Ролевые игры.* Разыгрывание различных ситуаций, предлагаемых как этюды (например, обиженный и обидчик; учитель и ученик).
2. *Психологические занятия и тренинги.*
3. *Дискуссии.* Обсуждение вопросов, связанных с основной темой занятия.
4. *Рисуночная арт-терапия.* Задания могут быть предметно-тематические («Я в школе», «Мое любимое занятие», «Мой самый хороший поступок») и образно-тематические: изображение в рисунке абстрактных понятий в виде созданных воображением ребенка образов (таких, как «Счастье», «Добро»), а также изображающие эмоциональные состояния и чувства («Радость», «Гнев», «Обида»).
5. *Моделирование образцов поведения.* Поскольку тревожность и страхи перед определенными ситуациями обусловлены отсутствием у младшего подростка адекватных способов поведения, нами подобраны игры и упражнения на снятие тревожности, на преодоление школьных страхов, которые позволяют преодолеть тревожность и расширить поведенческий репертуар ребенка.
6. *Метафорические истории и притчи.*

Программа психологических занятий и тренингов рассчитана на 32 занятия. Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Тематическое планирование.

№ п/п	Наименование разделов	Кол-во часов
	5А класс	
1	Тестирование	1
2	Давайте познакомимся	4
3	Доверие	4
4	Тренинг "В первый раз в пятый класс"	3
5	Познай себя	4
6	Мир эмоций	4
7	Мы и наше окружение	6
8	Будь внимателен	6
	Всего	32

Календарно-тематическое планирование.

№	Тема урока	Количество часов	Дата проведения		Инструменты
			По плану	По факту	
1.	Тестирование: - Изучение учебной мотивации; - определение уровня школьной тревожности.	1	07.09		Ручка. Тесты тетрадь.
2.	Занятие: «Давайте познакомимся». Знакомство с правилами психологического тренинга, обсуждение способов взаимодействия в тренинговой группе, выработка ритуала приветствия и прощания.	1	14.09		мягкая игрушка, листы бумаги, фломастеры.
3	Занятие: «Начинаем разговор. Букварь класса». Знакомство с классом, личностями характеристиками каждого.	1	21.09		мягкая игрушка, листы бумаги, фломастеры.
4	Занятие: «Что такое 5-й класс?». Познакомить детей с целями занятий, формой работы; профилактика проблем адаптации: мобилизация внутреннего ресурса, умения самостоятельно проявлять активное участие и сотрудничать со сверстниками в дискуссиях.	1	28.09		мягкая игрушка, листы бумаги, фломастеры.

5	Занятие: «Мы такие интересные». Создание непринужденно, доброжелательной атмосферы в группе. Формирование положительной школьной мотивации.	1	05.10		мяч, лист ватмана, писчая бумага, цветные карандаши
6	Занятие: «Доверие». Оптимизация внутригрупповых взаимоотношений; развитие чувства принадлежности к группе.	1	12.10		Музыкальный центр, ватман, цветные карандаши
7	Занятие: «Вместе». Создание дружеской атмосферы взаимопомощи, доверия, доброжелательного и открытого общения детей друг с другом в классе.	1	19.10		Музыкальный центр, ватман, цветные карандаши
8	Тренинг "В первый раз в пятый класс" 1-й день. Создание социально-психологических условий для успешной адаптации пятиклассников к новым условиям обучения.	1	24.10		Музыкальный центр
9	Тренинг "В первый раз в пятый класс" 2-й день. Закреплять формирование социально-психологических условий для успешной адаптации пятиклассников при переходе из начальной школы.	1	09.11		Музыкальный центр
10	Занятие: «Планета моего класса». Создание дружеской атмосферы взаимопомощи, доверия,	1	16.11		ватман, цветные

	доброжелательного и открытого общения детей друг с другом в классе.				карандаши
11	Занятие: «Познай себя». Создание у учеников мотивацию на самопознание; способствовать развитию самопознания, рефлексии у учащихся и уверенности в себе.	1	23.11		Тесты, тетрадь, ручка
12	Занятие: «Техника каракулей». Снятие психологического напряжения	1	30.11		ватман, цветные карандаши
13	Занятие: «Новичок». Способствовать развитию умения учиться, планировать свою деятельность; обсудить новые условия учебного процесса в школе.	1	07.12		ватман, цветные карандаши
14	Занятие: «Я и учеба». Создание доброжелательной атмосферы в группе. Диагностика преобладающих мотивов в учении учащихся	1	14.12		тесты
15	Занятие: «Я глазами других». Создание устойчивых представлений ребят друг о друге, о том, как они выглядят в глазах других и в своих собственных.	1	21.12		Музыкальный центр
16	Занятие: «Понимаем ли мы друг друга?». Показать значимость собственного «Я»; подвести учащихся к пониманию необходимости жить в согласии с собой и другими; показать важность взаимопонимания.	1	28.12		Альбом, цветные карандаши

17	Занятие: «Мир эмоций». Познакомить учащихся с эмоциями; научить определять эмоциональное состояние других людей; тренировать умение владеть своими эмоциями.	1	18.01		Карточки с эмоциями
18	Занятие-игра: «Наши эмоции». Снятие психофизического напряжения, сплочение группы. Знакомство учащихся с понятием «эмоции».	1	25.01		Карточки с эмоциями
19	Занятие: «Хозяин эмоций». Развитие эмоционально-волевой сферы. Обучать умению определять эмоциональное состояние других людей.	1	01.02		Карточки с эмоциями, альбом, цветные карандаши
20	Занятие: «Наши учителя» (По Слободяник). Помочь пятиклассникам занять новую социальную позицию по отношению к педагогам.	1	08.02		презентация
21	Занятие: «Ищу друга». Помочь учащимся в самораскрытии; способствовать преодолению барьеров в общении; совершенствовать навыки общения.	1	15.02		Музыкальный центр, ватман, цветные карандаши
22	Занятие: «Мы и наши близкие». Осмысление роли ближайшего окружения как источника поддержки.	1	22.02		презентация
23	Занятие: «Мы и наше настроение — от кого и от чего оно зависит». Развитие навыков произвольного контроля и регуляции своего настроения.	1	01.03		Альбом, цветные карандаши

24	Занятие: «Режим дня пятиклассника». Уточнение представлений о режиме дня. Обучение планированию своей деятельности.	1	15.03		Тетрадь, ручка
25	Занятие: «Мы и наши привычки (режим дня)». Формирование представления о режиме дня, умения самостоятельно планировать дела с учетом своих индивидуальных особенностей, интересов, привычек.	1	05.04		Альбом, цветные карандаши
26	Занятие: «Мы и наши привычки (правила личной гигиены)». Закрепление навыков соблюдения правил личной гигиены, развитие убеждения в преимуществах опрятности, стремления быть аккуратным.	1	12.04		Альбом, цветные карандаши
27	Занятие: «Наши недостатки и наши достоинства». Развитие умения учитывать свои сильные и слабые стороны, стремиться преодолевать слабости и использовать преимущества.	1	19.04		Тетрадь, ручка
28	Занятие: «Будь внимателен». Познакомить учащихся с эффективными способами самоорганизации внимания	1	26.04		Ноутбук
29	Тренинг: «Золотая рыбка». Снятие эмоционально-мышечного напряжения, формирование желательного поведения	1	03.05		Музыкальный центр

30	Занятие: «Наш дружный 5 класс» Сплочение коллектива учащихся при переходе из начальной школы.	1	10.05		Музыкальный центр, ватман, цветные карандаши
31	Трудные ситуации могут научить меня.	1	17.05		Мяч, альбом, карандаши
32	Личный опыт преодоления трудностей	1	24.05		Музыкальный центр

Список литературы.

1. Коблик Е. Г. Первый раз в пятый класс: (Коблик Е. Г. Первый раз в пятый класс: Программа адаптации детей к средней школе. – М.: Генезис, 2013),
2. Хухлаевой О.В. Тропинка к своему «Я» (Хухлаева О.В. Тропинка к своему «Я»: уроки психологии в средней школе(5-6).- М.: «Генезис», 2015).